淸供
攝生
治農
閑情錄
全

清供第十四

凡山具設經籍機枰以善俗訓子備藥餌方書以辟邪衛疾儲佳筆名蔔以點繪賦詩留清醪雜蔬以供賓獨酌補破衲舊笠以犯雪當風畜綺石奇墨古玉異書以排閒永日製椰絮桃蘆花被以連床夜話狎黃面老叟白髮漁父以遣老忘機 岩棲幽事

文房供具借以快目適玩鋪疊如市頗損雅趣其點綴之法要如袁石公瓶花羅ゝ清疎方能得致 小窗清記

君厚畫苑處不亢篋笥出不汙車馬明牕淨几有坐卧之安高堂素辟無卷舒之勞而人物禽魚之變態山川草木之竒姿粲然陳前亦好事者之一適也 上同

清事不可著迹若衣冠必求竒古器用必求精良飲食必求異巧此乃清中之濁吾以為清事之一蠹 上同

司空圖隱于中條山芟松枝為筆管曰幽人筆當如是 何氏語林

養筆以硫黃酒舒其毫養紙以芙蓉粉借

其色蒼研以文綾蓋貴乎隔塵養墨以豹皮囊貴乎遠濕 清記

溫公與子瞻論茶墨云茶與墨二者正相反茶欲白墨欲黑茶欲重墨欲輕茶欲新墨欲陳蘇云上茶妙墨俱香是其德同也皆堅是其操同也譬如賢人君子黔皙美惡之不同其德操一也溫公以為然 文史集

文士之有硯猶美人之有鏡一生最親故鏡用秦晶硯用宋坑 眉公秘笈

清泉香餅人曾以遺歐公清泉地名也香

餅石炭也用以焚香一餅之火可終日不寒 上同

羲之有巧石筆架名扈班獻之有斑竹筆筒名髮鍾 清記

深山高居鑪香不可缺退休既久佳品乏絕人為亂老松栢根枝葉實擣治之所楓肪羼和之每焚一丸亦足助清苦 上同

印色古方用草麻油或用煎桐油皆未為佳近傳用川山甲油亂其不滲試之良妙 宣和學古論

詩筒葵牋白樂天與微之常以竹筒貯詩往來賡唱綠色而澤入墨覺有精采其法採帶露蜀葵葉研汁用布揩抹竹紙上伺少乾用石壓之嘗有詩云不來須陽已那知戀主心不獨傾于山家且知葵藿傾陽之意 清記

葉牋 臘板砑肖葉紋用剪裁成紅色者肖紅葉綠色者肖蕉葉黃色者肖貝葉若山遊偶得絕句書葉投空隨風飛颺泛舟付之中流逐水浮沉自有幽趣 上仝

唐房千里竹室環堵所栖寧用竹以結其
四角植者爲柱楣撑去爲椽桷王之竹
樓蓋其餘意　上同
山齋之用秋採甘菊花貯以紅綦布囊作
枕用能清頭目去邪穢采蒲花如柳絮者
熟鞭貯以方青囊作坐褥或臥褥春則暴
收甚溫煖木綿不及也　松樛枝作曲几
以靠背名曰養和　上同
石枕宋磁白定居多墓中得之甚不可用
之磁石爲之如無大塊以碎者琢成枕面

下以木鑲最能明眼〻〻者無如磁石以為盆枕可老而不昏暗寧王宮中用之 上仝
陸務觀云拄杖斑竹為上竹欲老瘦而堅硬斑欲微赤而點跡賈島詩云揀得林中最細枝結根石上長身遲莫嫌滴瀝紅斑少恰似湘妃淚盡時善言拄杖去也非余有此癖未易賞音 秘笈
道服用布為速色白為上用以坐禪道扇有紙糊者有竹編者舊有鵝毛扇正羽扇也 清記

竹杖唯字竹方竹老竹鞭爲稚以用萬歲
籐蔡藿此爲老衲行具 上同
鄭敬以蕉葭爲席常隱杞柳之陰
蒲花褥九月採蒲略蒸晒燥取花如柳絮
去爲臥褥皆用粗布作囊
隱囊榻上置二墩以布青白鬪花爲之高
一尺許內綿花裝實縫完傍繫二帶以作
提手榻上睡起以兩肘倚墩少坐以覺安逸古之製也 蘆花被諸
秋採蘆花裝入布被中以玉色及蘭花布
爲之何以蝴蝶畫被霞蓋初寒睡之不甚傷

煖北方無用不過取其清耳
紙帳用藤皮繭紙纏緊勒作皺紋不用糊
以線折縫稀布為頂取其透氣
拂塵古有紅拂塵尾似不易得以天生竹
鞭如靈芝如意形斷為拂柄甚雅其拂嘴
以長棕為之
欹床用藤竹編之醉卧偃仰觀書並花下
卧賞俱妙竹榻以斑竹為之三面有屏無
柱置之高齋可足午睡
向範待客為茶花盤料斗以筋魚尾匙 已上皆清記

軟飯爛烹肉常少酒每獨宿此古人養
生妙法也余嘗鮮而晝之屋吾曰軟飯以
養胃爛肉以養人少酒以養血獨宿以養
神此日用之妙法乃在家之全具
山居雖盡無味而類饒清給吾于蓮取其
房之實藕之甘菱屬取其芡之溫藻之秀
木屬取其筍之嫩菇之嫣菜屬取其蹲之
香葵之嫩芽之滑又桂可膏菊可當梅可
醬佐以膾鯉烹脯讀農圃而諸槃書便作
日多以樂盛世歌太平之奉何以論此老

東坡云爛蒸同州羊羔灌以杏酪食之以匙不以箸南都撥心麵作槐葉冷淘糝以襄邑抹豬炊共城香稻薦以蒸子鵝吳庖人斫松江鱸膾既飽以廬山康王谷水烹曾坑鬪品茶少焉解衣仰臥使人誦東坡赤壁前後賦亦一大快 文史集

青精飯用楊桐葉水浸之色以資陽氣道家所貴 清記

唐子西在惠州名酒之和者曰春生至剛者曰齊物論楊誠齋名酒之和者曰金盤

露勁者曰椒花雨

採茶欲精藏茶欲燥烹茶欲潔　方壽六

月檮蓮花製碧芳酒

山谷云相茶瓢與相印竹同法不欲肥而欲瘦但須飽風霜耳 並上同

湯不欲老〻則過苦聲如澗水松風不宜遽瀹惟移瓶去火少待其沸止而瀹之方為合節東坡云蟹眼已過魚眼生 眉公茶董

茶之始生而嫩者為一槍寖大而開謂之旗過此則不堪矣

遠餉新茗當攜大瓢走汲溪泉束澗底之散薪燃折脚之石鼎烹玉塵啜香乳以享天上故人之意愧無胸中之書傳但一味攪破菜園耳 上同

白樂天方齋劉禹錫正病酒乃饋菊苗虀蘆菔鮓換取樂天六班茶二囊以自醒酒 何氏語林

王儉問周顒卿山中何所食曰赤米白鹽綠葵紫蓼文惠太子問菜食何味最曰春初早韭夏末晚菘 上同

山中竹笋清遠韻勝寔蔬食奇品澄羹作脯皆失真性煨剥最良余中酒飽食煩悶燥渴命少婦煨熟啖之甘美不可言烹以松蘿武夷沃之宿苦頓解 秘笈

菜甲初長過于酥酪寒雨之夕呼童摘取佐酒夜談嗅其清馥之氣可滌胸中柴棘何必純灰三斛江東千里蓴羹未下鹽豉引以相比覺差勝耳 上同

天隨生宅荒少墻屋多隙地前後皆樹杞菊以供盃案至夏中枝葉老硬氣味苦澁

猶責童兒採掇不已 上同

東坡云山芋作玉糝羹色香味皆奇絶天上酥酡則不可知人間決無此味也 上同

入山無薇蕨然梅花可以點湯薝蔔玉蘭可以蘸麵牧丹可以煎酥玫瑰茉莉可以釀醬枸杞薇蔥紫荊藤花可以佐餚其餘豆莢瓜茄菜苗松粉又可以補筍脯之闕真山臞之佳膳也 上同

古者君子有飲食之教在鄉黨曲禮而士大夫臨尊俎則忘之矣故約釋氏法作士

君子食時五觀云 黄門廣續 下同

一 計功多少量彼來處

此食墾殖收穫舂磑淘汰炊煮乃成用功甚多何況屠割生靈為己滋味一人之食十人作勞家居則食父祖心力所營雖是己財亦承餘慶仕官食民之膏血大不可言

二 忖己德行全缺應供

始於事親中於事君終於立身全此三者則應受此供缺則當知愧恥不敢盡

味

三防心離過貪等為宗
治心養性先防三過美食則貪惡食則嗔終日食而不知食之所從來則癡君子食無求飽離此過也

四正是良藥為療形苦
五穀五蔬以養人魚肉以養老形苦者飢渴為主病四百四病為客病故須食為醫藥以自扶持是故知足者舉箸常如服藥

五為成道業故受此食
君子無終食之間違仁先結款状然後受
食彼君子兮不素餐兮此之謂也
山谷老人曰禮所謂飲食之序教之末也
食而作觀教之本也大縣令士大夫誦先
王之法言則一人也起居飲食則一人也
故設教不得不如是君子有九思終身之
思也食時作五觀終食之思也一日二日
如是行之念念仁智則夫二人者合而為
一矣

攝生第十四

夫人神好清而心擾之人心好靜而欲牽之常能遣其欲而心自靜澄其心而神自清（道書全集下并同）

生者死之根死者生之根恩生於害害生於恩唯滅動心不滅照心但凝空心不凝住心

三十六咽一咽為先吐唯細細納唯綿綿坐臥亦爾行立坦然戒於喧雜忌以腥羶假名胎息實曰內丹非止治病決定延年

久久行之名列上仙

日用飲食噤口端坐莫起一念萬慮俱忘存神定意眼不視物耳不聽聲一心內守調息綿綿漸漸呼出莫教間斷似有若無自然心火下降腎水上昇口裡津生靈真附體得至長生

欲從心起心從息定心息相依息調心靜目視瑚琭者明愈傷耳聞交響者聰愈傷心思玄妙者心愈傷 金丹正理大全下並同

導筋骨則形全翦情欲則神全靖言語則

福全保此三全是謂聖賢
精氣神為內三寶耳目口為外三寶當使
內三寶不逐物而流外三寶不誘中而擾
寵辱不驚肝木自寧動靜以敬心火自定飲食
有節脾土不泄調息寡言肺金自全恬靜
無慾腎水自足不怕念起惟恐覺遲念起
是病不續是藥
靜處煉氣鬧處煉神　遣欲澄心亦是心
將心擒慾慾應深爭如不起群迷念方現
無中百煉金

怒甚偏傷氣思多太損神〻疲神易役氣弱病相因勿使悲歡極常令酒食均再三防夜醉第一戒晨嗔夜寢鳴雲鼓寅晨嗽玉津妖邪難犯已精氣自全真若要無諸病常〻節五辛安神宣悅樂惜氣保和純壽夭休論命修持本在人君能尊此理平地可朝真 玄關雜記

心者神之舍目者神之牖目之所至心亦至焉故內煉之法以目視鼻以鼻對臍降心火入于氣海功夫只在片餉而已 張紫陽集

靜極而噓如春沼魚動極而吸如百蟲春魚得氣動其動極微寒蟲含氣而蟄其蟄無朕調息者須似之綿ゝ密ゝ幽ゝ微ゝ呼則百骸萬竅氣隨而出吸則百骸萬竅氣隨而入調之不癡真氣從生藥物之老嫩浮沈火候之文武進退皆于真氣中求之嗚呼盡矣 朱子全書

令人精從下流氣從上散水火相背不得凝結皆是此心使然心苟愛念不生此精必不下流心苟忿念不生此氣必不上炎

一念不生萬慮澄澈則水火自然交媾矣

道書全集 下並同

眼者神之牖鼻者神之戶尾閭者精之路人多視則神耗多息則氣虛多嗜慾則精竭務須閉目以養神調息以養氣堅閉下元以養精精充則氣裕氣裕則神完是謂道家三寶

覺與陽合寐與陰併覺多則魂強寐久則魄壯魂強者生之人魄壯者死之徒也故善養生者必養元和減滋味使神清氣爽

晝夜常醒是乃長生之道

去暴怒以養性少思慮以養神省言語以養氣絶嗜慾以養精 道書全集

昔有行道人陌上見三叟年各百歲餘相與鋤禾莠住拜再三問何以得此壽上叟前致詞室內姬粗醜二叟前致詞暮卧不覆首三叟前致詞量腹節所受旨哉三叟言所以壽長久 魏應璩詩

口中言少心頭事少肚中食少夜間睡少依此四少神仙可了

人在氣中如魚在水中水以養魚而魚不知氣以養人而人不覺養氣者須自調息始調息之法先靜坐澄心宛若禪寂以目視鼻以鼻對臍調勻呼吸勿令喘急呼時氣自上而下吸時氣自下而上一上一下若存若亡毋令間斷亦毋令矜持但隨其出入少加調停耳 修真秘錄

人身元神嘗在於目五藏精華亦聚於目故陰符經曰機在目道德經曰不見可欲使心不亂是以內養之法常要兩目垂簾

回光自照降心火於丹田使神藏於淵不
致外馳自然神氣相抱長生可期 上同

又

抱朴子曰凡夫之道不知益之為益乃不
知損之為損也夫損易知而速焉益難知
而遲焉尚不悟其易亦安能識其難哉夫
損之者如燈火之消脂莫之見也而忽盡
矣益之者如禾苗之播殖莫之覺也而忽
茂矣故治身養性務謹其細不可以小益
為無補而不修不可以小損為無傷而不
防凡聚少所以就大損一所以至億也若

能愛之於微成之於著則知道矣（知非錄）

人生正氣與血為配血行脉中氣行脉外一呼脉行三寸一吸脉行三寸氣血并行周流乎一身之中灌溉乎百骸之內循環無端氣運不停此為生生不息之妙用也血為榮氣為衛（修真秘錄 下並同）

任脉者起於中極之下以上毛際循腹裡上關元至喉嚨屬陰脉之海也督脉者起於下極之腧並於脊裡上至風府入腦上巔循額至鼻柱屬陽脉之海也任與督一

源二岐督則由會陰而行背任則由會陰而行腹夫人身之有任督猶天地之有子午也黃庭經云皆在心內運天經晝夜行之自長生天經乃吾身之黃道呼吸往来於此即任督二脉是也

醫書云凡在萬殊之中所保者莫先於元氣陶和將護之方須在閒日安不忘危老人尤不可不慎也至於藥餌往々招徠真氣之藥少攻伐和氣多故善服藥不如善保養

明道先生曰夫人之情易發而難制者惟怒為甚第能於怒時遽忘其怒而觀理之是非亦可以見外誘之不足惡而於道亦思過半矣 河南師說

晁文元公曰予嘗愛白樂天詞旨曠達沃人胸中有詩句云我無奈命何委順以待終命無奈我何方寸如虛空夫如是則造化陰騭不足為休戚而況時情物態安能刺鯁其心乎 法藏碎金

柳公度善攝生年八十餘步履輕健人問

其術曰吾無術但未嘗以元氣佐喜怒氣
海常温耳 知非録
陳元方曰百病橫夭多由飲食之患過於
聲色聲色可絶之踰年飲食不可廢之一
日為益亦多為患亦切 上同
玉華子曰飲食之於人性命所關豈能絶
之其要在淡滋味去肥濃斷炙煿戒殺遠
羶然後節食與飲俾臟腑清通沖氣為和
流通不滯自覺飢飽有常則神明能居而
升降不礙 壽養叢書

東坡居士在黃州嘗書云自今以往早晚飲食不過一爵一肉有尊客則三之可損不可增召我者預以此告一曰安分以養福二曰寬胃以養氣三曰省費以養財（公餘日錄）

予鄉有老人九十餘矣而喫氣不減少年予問以攝餌之法答曰喫食須細嚼細嚥以津液送之然後精味散於脾家華色充肥粗快則祗為糟粕填塞腸胃耳 又一老人為予言一生臨食祗食其半常留有餘不足之心蓋人無壽夭祿盡則亡未見

有暴殄之人得皓首也予以人得如老人之言則脾胃中常適可安和亦攝養之要法也 西湖游覽志

彭祖云一月再泄一歲二十四泄比節慎之道素女云人生六十者則當閉精勿泄此持危之道謝上蔡云人有子後一點不可泄此達生養性之道松曰上士異床中士異被服藥千裹不如獨卧 知非錄下並同

自警編云潤中隱士駱耕道常言修養之士宜書月令置之左右夏至宜節嗜慾冬

至宜禁嗜慾蓋一陽初生其氣微矣如草木萌生易於傷伐故當禁之不特節也且嗜慾四時皆損人但冬夏二至陰陽相爭之時尤損人耳

彭祖曰消息之情不可不知也又須當避大寒大熱大風大雨大雪日月蝕地動雷震此是天忌也醉飽喜怒憂愁悲哀恐懼此人忌也山川神祇社稷井竈之處此為地忌也

參贊書云起居不時飲食不節者陰受之

而入五臟賊風虛邪者陽受之而入六腑

厚生剖纂
下並同

久視傷心久聽傷腎久行傷筋久立傷骨久坐傷肉久臥傷氣多言傷肺多笑傷臟

天隱子云何謂安處曰非華堂邃宇重裀廣榻之謂也在乎南向而坐東首而寢陰陽適中明暗相半屋無高高則陽盛而明多屋無卑卑則陰盛而暗多故明多則傷魄暗多則傷魂人之魂陽而魄陰苟傷明暗則疾病生焉

寢不得言語五臟如懸磬不懸不可發聲

臥習閉口氣不失神不入 燈燭而臥神魂不安 濯足而臥四肢無冷病 坐臥處有漏風急避之尤不宜體虛年老之人在家出外忽逢大風暴雨震雷昏霧皆是諸龍鬼神經過宜入室燒香靜坐以避之過後方出夏自大寒冬大熱皆勿貪之患時疾皆由汗出 凍極不可浸以熱湯熱極不可遽淋冷水為害非細 大小便宜緊閉口齒目上視出氣不泄 髮宜多梳手宜在面齒宜數叩津宜常嚥 兩脚心

湧泉穴術以一手握足一手摩擦之百二十數疎風去濕健脚力强向公用此法大有驗 右壽養叢書

文潞公彥博致仕歸洛入覲時年八十矣神宗見其康強問卿攝生亦有道乎公對無他臣但能任意自適不以外物傷和氣不敢做過當事酌中恰好即止上以為名言 枯記室

天地相去八萬四千里自天以下三萬六千里應三十六陽候自地以上三萬六千

里應三十六陰候所謂天上三十六地下三十六中間一萬二千里乃陰陽都会之処天地之正中也人身心腎相去八寸四分自心以下三寸六分屬陽自腎以上三寸六分屬陰中間一寸二分乃水火交媾之処人身之覩中也密闕之洞內藏玄之之氣乃元神所居之穴所謂真土也外則應兩眼所以眼爲竅土人生則生神存故目光明人死則生神去故目光滅百姓日用而不知生之一竅乾坤不縁喻其大

日月不能喻其明備能識此攬黄河為脉
脉裹大地作黄金如見神靈則氣清〻〻
則欲寡〻〻則性正〻〻則情長〻〻則
心死故心死神方活神全心自閑 四友嘉書
閉目冥心坐握固靜思神叩齒三十六兩
手抱崑崙左右鳴天鼓二十四度聞微擺撼
天柱赤龍攪水渾漱津三十六神水滿口
勻一口分三嚥龍行虎自奔閉氣搓手熱
背摩後精門盡此一口氣想火燒臍輪左
右轆轤轉兩脚放舒伸叉手雙虛托低頭

扳足頻以候逆上水再漱再吞津如此三
度畢神水九次吞嚥下汩汩響百脈自調
勻河車搬運訖發火遍燒身邪魔不敢近
夢寐不能昏寒暑不能入災病不能迍子
後午前作造化合乾坤循環次第轉八卦
是良因 玄關雜記

劉几洛陽人年七十餘精神不衰體幹清
健猶劇飲予素聞其善生養因問之几曰
我有房中補導之術欲授予予曰方困小
宦家惟一婦何地施此然且几每一飲酒

輒一嗽口雖醉不忘因此可以無齒疾晡後食少小許物輒已凡有子婿陳令頗知其術曰煖外腎而已其法以兩手掬而煖之默坐調息至千息兩腎融液如泥淪入腰間此法至妙 楮記室

回〻教門善保養者無他法惟暖外腎使不着寒見南人着夏布袴者甚以為非恐傷涼傷外腎也云夜臥當以手握之令煖謂此乃生人性命之本根不可不保護此說最有理 四友叢說

陳書林云余司藥市倉部輪差諸君請米
受壽鄉人張誠之為司農丞監史同坐時
冬嚴寒餘一二刻間兩起便溺問曰何頻
數如此答曰天寒自應如是張云某不問
冬夏只早晚兩次余諗之曰有導引之術
乎曰然余曰朝夕當北面因暇叩請荷其
口授曰某先為李文定公家婿妻弟少年
遇人有所得遂教小訣臨卧時坐於床垂
足解衣閉氣舌柱上齶目視頂仍提縮穀
道以手摩擦兩臂腧穴各一百二十次以

多為妙畢即卧如是三十年極得力歸稟
老人〻〻行之旬日云真是奇妙亦與親
舊中篤信者數人言之皆得效令以告脩
煉之士云 楮記室下同
東坡云揚州有武官待真者官於二廣十
餘年終不染瘴面色紅膩腰足輕快初不
服藥惟每日五更起坐兩足相向熱摩湧
泉穴無數以汗出為度歐公平生不信仙
佛笑人行氣晚年云數年來足瘡一點痛
不可忍有人傳一法用之三日不覺失去

其法垂足坐閉目握固縮穀道搖颭為之
兩足如氣毬狀氣極即休氣平復為之日
七八得驗即為乃搬運捷法也文忠痛已
即廢若不廢當有益又於王定國書云摩
脚心法定國自已行之更請加工不廢每
日飲少酒調節飲食常令胃氣壯健
將　情慾克斂五關五關者情慾之路嗜
好之府也目愛采色命曰伐性之斤耳樂
淫聲命曰攻心之鼓口貪滋味命曰腐腸
之藥鼻悅芳馨命曰熏喉之烟身安輿駟

命曰召盛之機此立者所以養生亦以備生

閩察郡子元由翰林補外十餘年不得賜（石子生訓纂）

環常侘傺無聊遂成心疾每疾作輒昏憒

如夢或發譫語或曰真空寺有僧能不用

符藥能治心疾子元往告之老僧曰相公

貴恙起於煩惱々々生於妄想夫妄想之

來其幾有三或追憶數十年前恩讎榮辱

悲懽離合及種々閑情此是過去妄想也

或事到眼前可以順應却乃畏首畏尾三

番四復猶豫未決此是現在妄想也或期

些子孫登甫以繼書香與夫一切不可妄
成不可必得之事此乃未來妄想也三者
妄想自然而生自然而滅禪宗謂之幻心
能照見其妄而斬斷念頭禪宗謂之覺心
故曰不患念起惟患覺遲此心若同太虛
煩惱何處安腳又曰相火責善亦原於水
火不交凡溺愛冶容而往色荒禪宗謂之
外感之欲夜深枕上因得冶容或成夢寐
之變禪宗謂之內生之欲二者之欲綢繆
染著皆消耗元精苟能鎖之則腎水自然

海生可以上炎於心焉若且字忘其

竊念禪家謂之理障經綸職業不告劬勤

禪家謂之事障雖非人欲亦損性靈若能

遣之則心火不至上炎可以下交於腎故

曰塵不相緣根無所寄返流全一六用不

行又曰若海無邊回頭是岸予無如其言

乃獨處一室掃去萬緣靜坐月餘心疾如

失予走訴其閒子无道其詳且曰禪説可

治心疾吾嘗竊取一節吾不知　四友叢説

治農第十六

擇地

治生必須先擇地理〻〻以水陸并通去處爲最好背山面湖乃爲勝也然亦須寬大又要緊束蓋寬大則財利可出緊束則財利可聚也

資本

各色經營無本不立非財不成間類及濟而資本不裕亦無成功將致款經營先當其財然創業者毋貪循序自然有益加貲

不可無不出富也

定居

居處飲食人道之大端也理之得而不當居處則此身安在何也欲經理又事營造則又不免奪時廢事矣如有產擇有成業者營之可也然不無用廣大者害也

種谷

定居以足食為本足食以農事為先故一定居凡僕從五生各司其業如五從十人非六十石不可故視田地多寡以處便宜

如田有百畝則使僕從自耕三十畝其餘佃人種之可也

種蔬

蔬不熟曰饑菜不熟曰饉則五谷之外蔬菜亦不可缺者也所居之左右治地種之則設手鋤灌而下種

樹植

凡有定居須于傍之山塲鋤空路遍隨土地所宜栽種材木菓穫以為財貨器用之資

蚕繅

禮月令曰天子諸侯必有公桑蚕室泥土庶之家爭一定其居宅畔須廣植桑樹須求曲植蘧筐則育蚕之時飼養無缺乏之患而蚕具亦因之而不匱矣

牧養

治生之道多定居有常產而牧養之利乃興矣陶朱公告猗頓氏曰子欲致富當畜五牸又曰治生之法畜五水畜第一牧養其可緩乎

順時

成天下之事莫先乎順時故種植各有其時不可失焉古聖寸陰之惜良有以也業稼圃者可不念哉

務勤

傳曰一生之計在勤又曰蕢多力勤為上農必曰夜而思之晝而為之勇往果決而無廢時失時之懲剎斯倍矣

習儉

播種蚕繅谷帛之源已開樹藝牧養財貨

之資已備苟用之不節則身愈老而用愈
不給矣冦公六悔銘曰富不儉用貧時悔
按農書穀有九穀黍稷秫稻麻大麥小麥
大豆小豆凡種浥鬱則不生〻亦尋死種
雜者禾生早晚不均舂復減而炊難熟宜
存意揀選好穗純色者脟之將種前二十日
乖出曬之令燥牽馬就穀堆食數口以馬
踐過為種無蚄蝗等虫也種或傷濕浥鬱
則虫生用雪汁漬之雪汁者五穀之精使
穄又耐旱也麥種宜與剉碎蒼耳或艾暑

日曝乾熱收藏以瓦甕順時種之無不生茂

凡欲知歲所宜谷以布囊盛諸種平量之冬至日埋于陰地冬至後五十日發起量之息最多者歲所宜也又師曠占術曰五木者五谷之先也欲知五谷先視五木擇其木盛者來年多種之萬不一差故陰陽書曰禾生于棗或楊大麥生于杏小麥生于稻桃生于柳或楊黍生于榆大豆生于槐小豆生于李麻生于楊或荊

農書曰種蒔之事各有攸叙能知時宜不
違先後之序則相繼以生成相資以利用
何匱乏之有正月種麻枲二月種粟脂麻
有早晚二種三月種早麻四月種豆五月
中旬種晚麻七夕以後種萊菔菘芥八月社
前即可種麥經兩社即倍收而堅好如此
則種之有次第所以順天之時也
凡五谷上旬種者全收中旬中收下旬下
收又地勢有良薄山澤有異宜故良田宜
種晚薄田宜種早良田非獨宜晚早亦無

害薄田種晩必不成宲山田宜種強苗以避風霜澤田種弱苗以求華實孝經援神契曰黄白土宜禾黒墳宜麥赤土宜粟汙泉宜稲所謂因地之宜也

南方水稲其名不一大槩爲類有三早熟而緊細者曰秈晩熟而香潤者爲稉早晩適中米白而黏者曰稬三者布種同時毎歳收種取其熟好堅栗無秕不雜谷子曬乾蔀藏置高爽処至清明節取出以盆盎别貯浸之三日撈出納草篅中晴則曝煖

浥以水日三數過陰寒則浥以溫湯候芽白齊透然後下種須先擇美田耕治令熟泥沃而水清以既芽之谷漫撒稀稠得所秧生既長小滿芒種之間分而蒔之凡下種之法有漫種耬種瓠種區種之别漫種者用料蘿盛種夾左腋間右手料取而撒之隨撒隨行約行三步許即再料取務要布種均勻則苗生稀稠得所南方麻麥粟豆多用點種便於鋤耘蓋地寬土肥須用漫種北方多用耬種其法甚備齊民

務術云凡種務牛遲緩行種人宜從步以
足跟壟底欲土實種易生也令人製造砘
車隨耬種子後循壟碾過使根土相着功
甚速輒種者竅瓠貯種隨行隨種務使
均勻犁隨掩過覆土既深雖暴雨不至
撻暑夏最爲耐旱且便于鋤區種之法凡
山陵近邑高危傾阪皆可爲區田糞種水
澆備旱灾也
五穀之外蔬菜亦不可缺若凡種蔬蓏必
先燥暴其子地不厭良薄即糞之鋤不厭

頻旱則灌之用力既多收利必倍大抵蘇
宜畦種蔬宜區種畦地長丈餘廣三尺先
種穀白斸起宿土雜以蒿草火燎之以絶
蟲類併得爲糞臨種益以他糞治畦種之
區種如區田法區深廣可一尺許臨種以墊
糞和土拌勻納於田中候苗出視稀稠去
留之又有芽種法種子先用淘淨頓瓮中
覆以溫草三日後芽生長可指許然後下
種先於熟畦內以水飲地勻摻芽種復篩
細糞土覆之以防日陽照曬葉既出齊草

又不生凡葉有蟲用苦參根併石灰水潑
之即死尚澉依上法種蒔非止家可足食
餘者亦可為資生之利種法續開於後叢
是者各隨地所宜而種之凡開久荒田地
燒去野草犁過先種芝麻一年使草木之
根敗爛後種五谷則無荒草之害盖芝麻
之于草木若錫之于五金性相制也
春耕宜遲秋耕宜早遲者以春凍漸解地
氣始通雖堅硬強土亦可犁鋤宜早者欲
乘天氣未寒將陽和之氣掩在地中也

須殘年開墾待水凍過則土脉春來易平
又不生草平後必曬乾入水澄清方可撒
種則種不論土易出或河泥塘泥或麻餅
豆餅每畝下三十斤和灰糞或綿花子餅
每畝下二百斤將插禾之前一日將綿花
餅開勻攤田內耖然後插秧或灰糞各隨
土所宜早稻清明前晚稻谷雨前將種包
移河水內晝浸夜收谷芽易出若未出用
草厚蓋芽長二三分許折開抖鬆撒田內
撒時必清明則苗易堅立須看朝候二三

日後撒稻草灰于上則易生根秧必柔時

或潑犬糞或壅灰糞 浸稻種

在小滿芒種前後拔秧就水洗根去泥有稗草即揀出每作一小束插時耕熟水田約六莖為一叢六棵為一行棵行宜直以便耘薅淺插則易發 插秧

倘稻初發時用薅鈀于棵行中薅去稂草則易耘搜鬆稻根則旺薅斷橫根則頂根直生向下 耘稻

薅稻後將灰糞或麻餅豆餅屑撒入田內

耘去草淨近秋放水將泥塗光謂之稿稻待土併裂上水浸之謂之還水谷成熟方可去水

秋收之時揀選好穗不穗者晒乾去稃秕篩淨用稻草包裹每包二十斤或三斗高懸屋樑以防鼠耗早稻收割必將田耕鋤成行擺令四畔溝迎通水下種以灰糞蓋之諺云無灰不種麥須灰糞均調為上須揀去爵麥草子播去秕粒九月種子可下法與大麥同落太遲恐寒鴉至食之則稀

稻種 大麥 小麥

麥黃熟時趁天晴着緊收割蓋五月農忙無甚於蠶麥諺云收麥如救火遲恐雨水災傷

收麥

三伏日晒乾極熟收先以稻草灰鋪缸底復以灰蓋之則不蛀

藏麥

立秋前後或漫種點種或區種苗出即鋤稀稠得所澆以犬糞苗已長又鋤草淨則茂盛稠則結實多鋤成行壠春完下種早者三月種四月可食名曰梅豆餘皆三四

月種地不宜肥有草則削去 蕎麥 大豆

三四月種鋤草令淨其豆可作醬造腐豉

堪喂馬 小豆

四月種六月收子再種八月又收子一年

兩熟可作豆粉及豆芽 菉豆

諸豆中惟此耐陳且多收暑熟摘豆角亦

可賣八月間或挾麻同種同收 豇豆

八月初種地尤不可肥江南多種此壅田

及治秧田種為紅白穀雨後種六月收子

再種八月又收 蚕豆 紅豆

三月種六月旋摘遲者四月種以上種法

俱與大豆同而草皆須斲剗務宜稀稠得

所太密則不結實 赤豆

一名沿籬豆清明日下種以灰覆之不宜

土蓋芽上分栽搭棚引上收子可賣二分

一外換麵料亦可 白扁豆

宜肥地三月為上時黑白黃三種白者油

多上半月種則莢多四五月亦可種可壅

田雞 芝麻

宜耕肥地令深三月種之以蠶沙或腐草

灰糞生糞蓋之無濕潤三尺深乎澆水待
苗發後又搖去荒作稠薉日頻以生糞
浸之澆之八月收取九十月宜搖深窖以
糠粃合埋煖處以為種至次年春可 種薑
其種揀肥長芽白者就南簷下掘坑以礱
糠鋪底將種放下種芽蓋之至三月間取
出埋於肥地待苗發三四葉五月間擇近水
肥地移栽其科行與種稻同或用河泥或
用灰糞爛草壅培旱則澆之耘不厭頻有
水旱二種水芋栽極肥田旱芋宜區種區宜

條間形豆箕納區中足踐之以種瓜其上
後踐察數澆之 種芋
月月可種月月可食地宜肥土宜鬆澆宜
頻種宜稀密則芟之蔬菜唯此最良 蘿蔔
宜三伏內治地作畦點種地肥則漫種宜
頻澆 胡蘿蔔
七八月下種九月治畦分栽頻用糞水澆
之遇西風九焦日不可澆 芥菜 白芥 甜菜 烏松菜 葳菜
揀菜豆水浸二宿候漲以新水淘控乾用
蘆席洒溼鋪地摻豆於上以溼薦蓋之其

芽白長 豆芽菜

八月下種待長從畦分栽來年摘取隨澆

中心肥大可萵笋 萵苣

二日下種長寸許鋤穴分栽一穴一藤每

旱以清糞水澆之旱則旱脫俱澆蔓長用

棍上棚 王瓜

先將洒稲草灰拌和細泥鋪地上鋤成行

壟三日下種每粒離寸許以洒灰篩蓋以

河水洒之又用糞澆乾則澆水待芽頂灰

于日中將灰揭下搓碎壅于根傍以清糞

澆之 東瓜

三月下旬治畦鋤坑栽之一尺二寸一坑須用濃糞水灌之蔓長搭棚引上 南瓜

先將子捍開四五七月晦日晚宜種；宜濕地以灰蓋之水澆則易長 葫蘆

八月末旬將坑鬆去淨踈約密排種之豬糞雞鴨糞和粗糠壅之又有四季蔥栽不拘時節須坑鬆去微晒種同上 蒜

八月初旬子肥地鋤成溝墪闊二寸一科糞水澆之或以牛草鞋水浸過之將種芒

畦內夾糞土栽之上糞令厚甚大如梳 蒜

二月下旬撒子九月分栽十月將稲草灰

蓋三寸許又以薄土蓋之細灰不被風吹

至春後芽生灰地乃取令天氣晴煖二月

經菁長成葉以次割取田根常留分栽不

須撒子種矣 韭

栽不拘時或同蒜種之 薤

清明時與稲種同浸治畦種之長二三寸

許稀栽宜稀以糞水頻澆或每料以硫黃

少許于根下栽之其茄長大味甘 茄

先將肥地鋤鬆作坑揀山藥上有白芒刺
者以竹刀切作段約二寸許相挨排臥種
之覆土厚五寸旱則水澆宜糞麻餅壅
培專忌人糞生苗以竹木枝架霜降後收
子種亦得立冬後根邊四圍寬掘深則
不碎一名黃獨其味與山藥同以葉豆殼
麻糝或小便浸草鞋包種之四畔用灰則
無虫傷損以上蕷藷之類種之依法可
供油鹽之用矣 山藥
正月移根復栽五月斫頭苧七月斫二苧

九月斫三芽其根常留以灰糞壅上土草覆之或壓條來年成芽或云月月可栽苧麻

谷雨前後先將種子用水浸浥時漉出以灰拌勻每一尺作一穴種五七粒待苗出時密者芟去止留盛者三二科鋤不厭頻須用大糞澆之或桐油和糞水澆之常掐去苗尖勿令高高則不結綿花

八月中鋤成行壟春穴下種或灰糞或雞糞蓋之澆灌不宜濃糞次年花開清晨摘採徽撥去黃汁用清水浸一宿捻成薄餅

曬乾收用勿近濕墻壁土紅花

正月中以布袋盛子浸之芽出撒地灰糞蓋之待放葉糞水澆之長二寸許分栽成行仍用水糞澆活至五六月內將糞水潑葉上五六次葉厚难出三寸割之將梗葉浸缸內（視缸大小）用礦灰色青者量多寡下之須浸一晝夜濾淨下灰以木扒打轉青色為度澄清去水是謂頭靛其在地原根再以糞水澆潑如前法收割浸打謂之二靛亦可取三靛其濾粗用田亦可今人多種福靛

収麥後以麥地種之恐大雨築害不出則以小麥芒和糞蓋之澆潑浸打如前法旋

養蚕

夫育蚕之法始於擇種繭種取簇中向陽明淨厚實者硬而緊細堅小者是雄圓漫厚大者是雌遷置透風涼房内淨箔上單排日數既足其蛾自出第一日出者為苗蛾末後出者為末蛾其中若有拳翅禿眉焦角焦尾熏黃赤肚無毛黑紋黒身黒頭苗蛾末蛾皆不可用次日以後出者鋪連

于挺箔雄雌相配至暮折拋雄蛾將母蛾
于連上勻布所生子環堆俱不用生子數
足更令連上覆叠三五日須懸掛涼處勿
令煙熏日炙掛時蚕子向外恐有風磨其
子」冬節及臘八日浴時用桑柴或稻草灰
淋汁以蚕連浸之雪水尤佳無令水極凍
浸三日取出復挂年節後箔內鹽連須使
玲瓏每十數日〻高時一出每陰雨止即
使曬暴蚕子變色要在遲速由己勿致損
傷自變桑葉已生自辰巳間將箔內取出

舒卷提掇亦無度數但要第一日變三分
第二日變七分却用紙塞糊封了還篦內
收藏至第三日午時又出連舒卷須要變
至十分其蚕屋火倉蚕箔並須預備蚕生
宜臕户虛明易辨眠起仍置照臕以助高
明下附地列置風竇令可啓閉以除濕欝
若新泥濕壁用火焙乾臕用白紙新糊門
臕各備箄簾下蟻之時匀用鷄毛等物拂
掃以至驚傷稠疊生齊乳葉着懷中令煖
用刀切極細篩于筦中紙上將連合于葉

中蟻聞葉香自下或過時不下連及緣上
連背者並棄養蚕蟻時先辟房一間四角
挫壘空龕以均火氣停眠前後則撤去擇
日安排上下開鋪三箔上承塵埃下隔濕
潤鋪切碎稈草於上中箔以備分擡用細
切擣軟稈草均鋪為薦又搽淨紙粘鋪薦
上安蚕初生色黑漸〻加食至第三日巳
午時擘如小蔡子大布于箔中漸〻飼葉
謂之擘黑一云分蟻變白則向食宜少加
厚變青則正食宜益加厚復變白則慢食

宜少減變黃則離食宜愈減純黃則停食
謂之正眠〻〻起自黃而白〻〻而青自青復
白自白而復黃又一眠也每眠則如此候之
以加減食凡葉不可戴雨露及風日所乾
食之生病常收三日葉以備霖雨則蚕不
食濕葉且不失飢採葉歸必疏爽於室中
出熱氣乃皆食晝夜之間大槩亦分四時
朝暮類春秋正晝如夏深夜如冬寒暄不
一用火斟酌多少不宜一例自初生至兩
眠正要溫煖蚕母須着單衣自覺身寒則

蚕亦寒便添火自覺身熱便去火一眠之
後但天氣清明巳午之間整時揭起牕間
簾幃以通風日南風則捲北窓北風則捲
南窓放入風氣則不傷蚕大眠起後飼罷
三頓剪開紙窓透風日必不頓驚生病大
眠之後捲簾去紙窓天氣炎熱門口置缸
旋添新水以生涼如遇風雨夜涼却將簾
幃放下蚕滋長則分之少煩厚則擡之蚕
柔嫩之物不禁揉觸小而分擡人知愛護
大而分擡不知顧惜久堆亂積遠擲高拋

損傷生疾多由于此蚕自大眠後十五六
頓即老浮絲多少全在此數北蚕多是三
眠南蚕俱是四眠日見有老者量分數減
飼候十蚕九老方可入簇又有夏蚕秋蚕
名曰晩蚕夏蚕自蟻至老俱宜涼惟忌蚊
蠅必設帳以衛之秋蚕初宜涼漸漸宜暖
其法同前

夏蚕不中繰絲惟堪綿纊而已夏蚕不宜
多育或育之蘗黑後須一日早辰一擡其
砂亦可為藥凡繭宜擇涼處薄攤蛾自遲

出免使押繅相逼不及則有篭浥籠蒸之
法繅絲之訣在細圓勻緊無粗節不勻也
繅絲有熱釜冷盆之異然皆必有繅車絲
軖然後可用大釜要大甑置于釜上甑中
八水滿甑中用一棍欄斷可用二人對繅
水須常熱旋旋下繭多下則繩不及鬻損
止可煮絲單繳者雙繳亦可但不如冷盆
所繅潔淨光瑩也冷盆要大先泥其外用
時添水八九分水宜溫煖長勻無令乍寒
乍熱可繅全繳細絲中等繭可繅雙繳比

熱釜者有精神而又堅韌也」育蠶而缺葉者以甘草水灑葉次以米粉糝之候乾與食可度一日夜謂之齋蠶」十體寒熱飢飽稀密眠起緊慢謂飼時也」三光白光向食青光厚飼皮皺為飢黃光以漸住食」八宜方眠時宜暗眠起後宜明蠶小並向眠時宜煖宜暗蠶大并起時宜明明宜涼向食時宜有風宜加葉緊飼新起時怕風宜薄葉慢飼　眠飼失宜　蠶眠初起食煙薰葉即多黑死食冷露濕葉必成白殭食舊乾

葉則腹結頭大尾尖食平開值賊風葉必
多紅殭每擡後蚕宜稀布稠則強者得食
弱者不得食必繞箔遊走然布蚕須手輕
不得從高擲下遞相撞擊以致不旺必成
老蚕亦殭是也白殭者收之亦可備藥用
　三稀下蟻上箔入簇　五廣一人二屋
三葉四箔五簇　襍忌忌濕葉熱葉忌晒
照日當日迎風衲生時忌屋內掃塵忌煎
煿魚肉忌蚕屋內哭泣叫喚未滿月產婦
不宜恭蚕忌滯酒切葉飼蚕及擡解布蚕

〻生至老忌烟熏忌孝子不潔淨人入室忌近臭穢酒醋五辛麝香等物

養牛

牛之為物切于農用善養畜者必有愛重之心其血氣與人均也勿犯寒暑其性情與人均也勿使太勞順其涼煖時其飢飽適其性情節其作息眷其血氣若然則皮毛潤澤肌膚肥腯力有餘而至老不衰其何困苦羸瘠之有春初必去牢欄積滯尋糞自此以後旬日一除免穢氣蒸鬱為患

且浸漬蹄甲易以生疾又當以時祓除不
祥淨其乃善方舊草凋枯新草未生之時
宜(取)潔淨叢草細剉之和以麩谷糠豆之屬
使之微濕槽盛而餵(飼)之春秋草茂放牧飲
水然後與草則腹不脹至冬月天氣積陰
風雪嚴凍即宜處之煖燠之地煮糜粥以
啖之又當預收豆楮之葉舂碎而儲積之
以米泔和剉草糠麩以飼之又或以綿餅
飼之此所謂時其飢飽以適其性情者也
每遇耕作之月除已放牧夜復飽飼至五

更初乘日未出天氣凉而用之則力倍於常半日而勝一日之功日高熱喘使令休息勿竭其力以致困乏此南方晝耕之法也若夫北方陸地平遠牛皆夜耕以避晝暄夜半仍以芻豆以助其力至明耕畢則放去此所謂節其作息以養其血氣也當蒿秸不足以充其飢水漿不足以濟其渴凍之曝之困之瘠之役之勞之又從而鞭箠之則牛之斃者過半矣飢欲得食渴欲得飲物之情也至於役使困乏氣喘汗流

耕者爭于就食或放之山或逐之水草因
得水動極稍時七竅出疎因以乏食以至
疲病生負放之高山筋力疲乏顚蹶而僵
仆者往往相藉也利其力而傷其生烏識
其愛養之道哉牛之為病不一其用藥与
人相似但大為劑以飲之無不愈者溺香
血傷於熱也以血藥治之冷結則鼻乾而不
喘以發散藥投之熱結則鼻汗而喘以清
利藥投之其或天行疫癘重甚相染其氣
然也則亟避之所祓除沴氣而救藥或可

倫生其相牛之法眼要去角近眼宜大眼中有白脉貫瞳子脛骨長大後脚股濶並能快使毛欲密踈長如不耐寒角細身粗尾稍長大則吉尾稍亂毛轉卷則命短矣母牛毛白乳紅則多子一夜下糞三堆者則一年生一子乳踈而黑其能生子乎

醫治急用單方　牛瘴用安息香于牛欄中焚之　牛噎用皂角末吹鼻中以鞋底拍其尾停骨下　疥癩用蕎麥穰燒灰淋洗之馬亦同　爛肩用舊絮三兩燒存性麻

油調付三日即差 漏蹄用紫礦為末搗
脂和填漏蹄中仍燒鐵烙之 傷熱用胡
麻葉搗汁灌之立差 咳嗽用鹽一兩豉
汁一升相和灌之 尿血用當歸紅花為
末酒浸一椀灌之 身上生虫用當歸搗
煤醋浸一宿灌之 牛尾焦不食水草用
大黃白芷黃連各等分為末以鷄子清一
合酒調灌之立效 牛血脈脹狂走觸人
用大黃々連各五錢鷄子清一合汗一椀
和勻灌之 牛喫雜虫腹脹用燕子屎一

合水調灌之 牛生白膜遮眼用炒塩并
竹節燒存性細研一字點膜上 豆斑瘡
青蒿為粥喫之 東坡良方

養鷄

鷄種取桑葉落時生者良春夏生者則不佳
春夏雛三十日内无令出窠飼以燥飯莫
溼則飯臍生膿但栖不宜用桃李之木若
栖為四梃中置之處子生卵兩為四梃甲
而庭主為中置宜挺妙為窠雛孵不調
而安穩易肥又免狐狸之患箕楚柳柴小

者死大者皆園中築小屋下懸一簞令鷄
上宿或于墻内作龕又以草縛巢令鷄敗
抱其園中可種蜀黍畝許以取蔽陰至秋
収子又可飼鷄易為肥長又或設一大園
四圍環以垣宇中築墻分為兩所凡兩園
墻下東西南北各置四大鷄棲以為休息
之所每一旬灑粥于園之左地覆以草二
日盡化為虫園右亦然俟左盡即驅之右
如此則鷄自肥而生蛋不絶矣肥鷄之法
則以油和麵捻成指尖大塊日與十數枚

飼之或以做成硬飯同土硫黃研細每次以半錢許同飯拌勻餵數日即肥其母春秋可得兩之鷄雛毋鷄下蛋之時日逐麥以麻子飼之則常生蛋不絶得鷄之蛋足供日用又可轉換諸物治生之道亦其一也凡鷄病以真麻油灌之立愈中蜈蚣毒則研茱萸飼之若遇瘟疫一鷄染之餘鷄皆死即須以藍盛鷄又口懸掛或移於閣上則免矣

養魚

養魚經曰治生之法有五水畜第一〻所謂魚也以六畝為池〻中作九洲求懷子鯉魚三尺者二十箇牡鯉魚三尺者四箇以二月上庚日納池中令水無聲魚必生至四月納一神守六月納二神守八月納三神守神守者鱉也蓋魚滿三百六十則蛟龍為之長而將魚飛去納鱉則魚不復飛池中周遶九洲自謂江湖也至來年二月得鯉魚長一尺者萬枚三尺者四萬枚二尺者二萬枚至明年得長一尺者十萬枚

長四尺者四萬枚長二尺者五萬枚留長二尺者二千枚作種所餘皆賣至明年不可勝紀也所以養鯉者鯉易長易變化不相食又貴也凡有魚之所須擇泥土肥沃蘋藻繁盛為上然必留居人築舍守之仍多方設法以防獺害凡所居近湖之所依此法畜之可致速富必然之效也今人但上江撈取魚種塘內畜之飼以青草歲可及尺亦可供用一法作羊棧于塘岸上安羊每早掃其糞于塘中以飼草魚而草

魚之糞又可以飼鰱魚如是則可不必人
打草但魚略有微沸耳設若魚遭毒翻白
魚既去毒水別引新水入池多取芭蕉葉
搗碎置新水來處使吸之則解或以溺澆
池面亦解養五牸之法一曰養魚二曰養
羊三曰養豬四曰養雞五曰養鵝鴨五牸
之中惟水畜之利最大須擇背山面湖山
聚水曲之處起造住宅先置田地山塢凡
僕從即使播穀種蔬樹植蠶桑以爲衣食
之源然後據築方圓大塘以收水利塘內

有九洲八谷如同江湖納鼇蝦螺蜂爲神
守使魚相息相若自以爲在江湖之中日夜
游戲而不息矣盡爲於後使業者法喬
塘下計穿心約百步四面皆同內造九墩
八墩爲八卦方位立符牌中墩造八角樓
亭擇何日起竪此日值何宿即以此宿名
書後符立牌九宮符牌皆以居刻朱書上
塑龍王供養月月有祭依法修造無不應
矣若有諸水爲土亂則加之滿則除之等
塘須擇良月年月日時下手築完放水令滿

下魚種亡在生門放如庚子壬子即坤下
種訣曰庚申壬子在坤方壬戌庚子是離鄉
甲寅丙辰巽宮位癸卯辛未艮中藏乙酉
辛丑還坎位己未丁亥兌上當只論生門
下種子取法宜排死路亡

噫此書首編即我 先君子手筆也歲
在乙巳 先君子謝官閒居於錦江之
歸來亭借錦壁趙台鎬命家藏本而謄
寫之間有 季父巖訪府君筆韓梓德
鄉其季德實筆小子方十五六歲亦寫
一二葉總及數編 先君子遂下世矣
時閱歷篋 手澤尚新未嘗不摩挲而收
滯及小子卜居于牛渚之上適得東湖
俞兄彥謙家藏本乃敢續謄之晴晝無
事每寫數紙凡遇宗族姻戚之至輒屬

筆焉從弟祖榮居多其在宗族八叔賢秀
二弟仁榮五弟久榮七弟怡榮一姪明
赫居從弟就榮也其在姻戚外兄李東
泰從妹婿李彥耆姻友李錫心也兒子
敬赫亦以十五六歲與焉皆從舊令也
閱二歲乃卒皆分為四卷始得完秩於
三十餘年之後茲豈非幸歟嗚呼先業本
也書籍末也顧余不肖無能繼述而徒
區區於筆札之間為可愧然 祖子孫
三世之心畫筆此一書自余小子兆我

子孫之欲髣髴先人之典刑而寫美墻之慕於永世者其不在此歟尚亦寶藏之哉若夫退跡高尚寄情丘壑達則雲視軒冕難進而易退窮則經濟山林頤神而養性未必無賴於是書則又曷可以稗官之流而少之也哉茲并識于卷末歲己卯臘日 不肖孫春榮謹書